

## Hockey für Jugendliche (Aufbautraining II)

Leistungstraining, Verbinden und Automatisieren spezifischer Technik und Koordination/ Gewandheit unter Wettkampfbedingungen, beginnende Spezialisierung.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Ort
2010/11 m	männl. U16	DI 18:00-19:30 DO 18:00-19:30	KuRa KuRa
2010/11 w	weibl. U16	MO 18:00-19:30 MI 18:00-19:30	KuRa KuRa

### Ansprechpartner:

Swantje Seehaus (wU16) - 01590 2465555  
Jasper Plath (mU16) - 0176 34704780

## Hockey für Erwachsene (Liga & Freizeithockey)

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Ort
2009 und älter / m	Herren	DI 20:00-22:00 DO 20:30-22:00	KuRa KuRa
2009 und älter / w	Damen	MO 19:30-21:30 DO 19:00-20:30	KuRa KuRa
Eltern m & w	Hopis	MI 20:00-22:00	KuRa

### Ansprechpartner:

Swantje Seehaus (He, Da) - 01590 2465555  
Philipp Schacht (Hopis) - 0171 8137031

Neugierig geworden?  
Du brauchst noch mehr Infos?  
Dann schau auch auf unserer Abteilungs-  
Homepage vorbei:

[www.hockeypinneberg.de](http://www.hockeypinneberg.de)

[www.facebook.com/VfLPinnebergHockey](https://www.facebook.com/VfLPinnebergHockey)



### Kontakt

**VfL Pinneberg**  
Sportzentrum  
Fahltskamp 53, 25421 Pinneberg



04101 55602-0



04101 55602-22



info@vfl-pinneberg.de



www.vfl-pinneberg.de

www.facebook.com/vflpi

www.twitter.com/vflpinneberg



Montag 7.30 – 21.00 Uhr  
Dienstag 7.30 – 21.00 Uhr  
Mittwoch 7.30 – 21.00 Uhr  
Donnerstag 7.30 – 21.00 Uhr  
Freitag 8.00 – 21.00 Uhr  
Samstag 9.00 – 16.00 Uhr  
Sonntag 9.00 – 16.00 Uhr

Stand: April 2026

# HOCKEY



HOCKEY

[www.vfl-pinneberg.de](http://www.vfl-pinneberg.de)

## Hockey, deine Sportart

### Der Sport für Mädchen & Jungen jeden Alters

Hockey ist eine Sportart, die man rund ums Jahr betreiben kann. Im Sommer spielen wir draußen Feldhockey, im Winter drinnen Hallenhockey. Es ist ein Mannschaftssport, d.h. man spielt zusammen mit anderen im Team.

Für Hockey braucht man Kondition, Ballgefühl, Technik und taktisches Verständnis – das alles lernt man im Laufe des Trainings.



### Grundausbildung in der Ballschule

Spieleheranführung an die Grundlagen des Ballsports, regelmäßig wechselnder Schwerpunkt (Fußball, Handball, Hockey), keine Spezialisierung auf technisch/ taktische Inhalte.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
< 2019	Ballschule	MO 17:00-18:00	JBS A

**Ansprechpartnerin:**  
Meike Dreher – 0175 62 40 713

## Hockey für Kinder (Grundlagentraining)

Inhalte des Trainings der Ballschule erweitert um Erlernen der Grundtechniken, motorische Fertigkeiten des Hockeyspiels, weiterhin Hauptaugenmerk auf Koordinations- und Gewandtheitstraining.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
2020-22 m / w	Kids U6	FR 15:00-16:00	KuRa
2018/19 m / w	Kids U8	MO 16:00-17:00 FR 16:00-17:00	KuRa KuRa
2016/17 m / w	Kids U10	MO 16:30-18:00 DO 16:00-17:30	KuRa KuRa

**Ansprechpartnerin:**  
Swantje Seehaus – 01590 2465555



## Hockey ab 10 Jahren (Aufbautraining I)

Stark erhöhte hockeyspezifische Technik- und beginnende Taktikschulung. Beibehalten koordinativer und Einführung athletischer Elemente. Langsam einsetzende Heranführung an Leistungsorientierung.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
2014/15 m	männl. U12	MI 17:00-18:30 FR 16:30-18:00	KuRa KuRa
2014/15 w	weibl. U12	MI 16:00-17:30 FR 15:30-17:00	KuRa KuRa
2012/13 m	männl. U14	DI 18:00-19:30 DO 18:00-19:30	KuRa KuRa
2012/13 w	weibl. U14	DI 17:00-18:30 DO 17:00-18:30	KuRa KuRa

**Ansprechpartner:**  
Swantje Seehaus (mU12) - 01590 2465555  
Swantje Seehaus (wU12) - 01590 2465555  
Jasper Plath (mU14) - 0176 34704780  
Swantje Seehaus (wU14) - 01590 2465555

